

المحاضرة 06: التدخل النفسي

مقدمة

يمثل التدخل النفسي في ميدان التوجيه والإرشاد التربوي أحد الركائز الجوهرية لدعم النمو المتوازن للمتعلمين، سواء من الناحية النفسية أو الأكاديمية أو الاجتماعية، فالتحديات التي يواجهها الطلبة داخل البيئة التعليمية لم تعد تقتصر على مشكلات التحصيل الدراسي، بل تمتد إلى الاضطرابات الانفعالية، والضغوط النفسية، والصراعات السلوكية والاجتماعية.

وهنا يتجلى دور التدخل النفسي كآلية علاجية ووقائية وتنموية، تسهم في تحسين التكيف المدرسي والصحة النفسية لدى الطلبة. (Corey, 2017, p. 92)

أولاً- مفهوم التدخل النفسي في التوجيه والإرشاد التربوي:

يشير التدخل النفسي إلى مجموعة من الإجراءات المهنية التي يستخدمها المرشد النفسي بهدف معالجة أو الوقاية من المشكلات النفسية أو السلوكية أو الانفعالية التي قد تؤثر في تكيف الطالب داخل الوسط التربوي.

ويُعرفه *Capuzzi & Gross (2014, p. 157)* بأنه: "مجموعة منظمة من التدخلات النفسية المتخصصة التي تُستخدم لمساعدة الأفراد في التعامل مع مشكلات حياتية ونفسية تعيق قدرتهم على التعلم أو التكيف الاجتماعي".

كما يعرفه حنفي، 2015، ص. 201 بأنه "نشاط إرشادي علاجي موجه نحو مساعدة الطالب في تخطي الأزمات النفسية التي تعيق تكيفه الأكاديمي والاجتماعي، باستخدام تقنيات إرشادية مبنية على أسس علم النفس".

ثانياً. أهداف التدخل النفسي في التوجيه والإرشاد:

تسعى التدخلات النفسية داخل البيئة التربوية إلى تحقيق مجموعة من الأهداف التكاملية، التي يمكن تصنيفها إلى أهداف وقائية، وعلاجية، ونمائية، وذلك بهدف دعم النمو النفسي السليم للطلبة، وتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي الذي يعزز نجاحهم الأكاديمي. وفيما يلي تفصيل لأبرز هذه الأهداف:

1. الوقاية من المشكلات النفسية والانفعالية:

تعد الوقاية من الاضطرابات النفسية أحد أهم مرتكزات التدخل النفسي في التوجيه والإرشاد، حيث يهدف هذا النوع من التدخل إلى منع نشوء المشكلات أو الحد من تفاقمها في مراحلها الأولى، من خلال برامج توعوية وتدريبية يتم فيها التركيز على تعزيز المهارات الوقائية مثل التفكير الإيجابي، وتنمية احترام الذات، والقدرة على التعبير عن المشاعر (عبد الحميد، 2011، ص. 184).

حيث تؤكد العديد من الدراسات أن الوقاية النفسية في البيئة المدرسية تساهم في خفض معدلات القلق الاجتماعي والخلل وضعف الثقة بالنفس، لا سيما لدى الطلاب في المراحل الانتقالية كمرحلة المراهقة

2. العلاج النفسي للمشكلات القائمة:

تشمل الأهداف العلاجية التدخل المباشر لمساعدة الطالب في التعامل مع اضطرابات نفسية أو سلوكية تؤثر على تحصيله وتكيفه التربوي، مثل الاكتئاب، اضطرابات القلق، الانسحاب الاجتماعي، أو صعوبات التكيف مع الوسط المدرسي، ويستخدم المرشد النفسي في هذه الحالات تقنيات مثل الإرشاد الفردي أو الجماعي، أو العلاج المعرفي السلوكي.

وقد أشارت *Corey (2017, p. 99)* إلى أن "العلاج النفسي المدرسي يمثل ركيزة لدعم الطلبة الذين يعانون من مشكلات سلوكية أو انفعالية تمنعهم من الاستفادة من فرص التعلم"، مما يجعل التدخل العلاجي ضرورة داخل كل مؤسسة تعليمية.

3. التنمية النفسية ومهارات الحياة:

يتجاوز التدخل النفسي الطابع العلاجي، ليشمل أيضا الأبعاد النمائية التي تهدف إلى تعزيز الإمكانات الشخصية والاجتماعية للمتعلمين، من خلال تنمية مهارات الحياة الأساسية، مثل:

- ✓ مهارات التواصل الفعال.
- ✓ ضبط الانفعالات والانضباط الذاتي.
- ✓ مهارات حل المشكلات واتخاذ القرار.
- ✓ التفكير النقدي والإبداعي.

حيث أن برامج تنمية مهارات الحياة تساهم في تقليل السلوكيات المحفوفة بالمخاطر وزيادة التكيف الإيجابي مع الضغوط النفسية، مما ينعكس على تحسين الأداء الأكاديمي.

4. تعزيز التكيف الأكاديمي:

يتجلى أحد أهداف التدخل النفسي في تحسين العلاقة بين الطالب والعملية التعليمية، من خلال فهم الصعوبات الدراسية والنفسية التي تعيق التعلم، والعمل على تعديل اتجاهات الطالب نحو الدراسة، والرفع من دافعيته، وتطوير ثقته في قدراته الأكاديمية.

وفي هذا السياق، يمكن أن يساهم التدخل النفسي في تحقيق التكيف الدراسي من خلال تخفيف الشعور بالإحباط، ويزيد من قدرة الطالب على مواجهة متطلبات التحصيل الدراسي بكفاءة أعلى.

5. دعم الصحة النفسية العامة داخل المؤسسة التربوية:

تعد الصحة النفسية المتوازنة أحد مؤشرات جودة التعليم الحديثة، إذ يساهم التدخل النفسي في تهيئة بيئة مدرسية آمنة نفسياً وانفعالياً، يتوافر فيها التقبل، والانتماء، والدعم الاجتماعي، مما يعزز الأداء التربوي العام.

فالمدرسة التي تضع برامج للصحة النفسية تخلق مناخاً إيجابياً يشجع الطلاب على التفاعل والانخراط والمثابرة الأكاديمية، وهو ما يجعل من التدخل النفسي عنصراً بنائياً وليس فقط علاجياً.

وبالتالي، فإن التدخل النفسي لا يعد رفاهية تربوية، بل هو ضرورة تفرضها متغيرات الحياة المدرسية الحديثة، بما فيها ضغوط الامتحانات، والتنمر، والتنافس، والتغيرات النفسية المصاحبة لمرحلة المراهقة.

ثالثاً. أساليب التدخل النفسي في الوسط المدرسي:

تتنوع الأساليب النفسية المستخدمة في بيئة المدرسة بهدف الاستجابة لاحتياجات الطلاب النفسية والانفعالية، سواء كانت هذه الاحتياجات وقائية، علاجية، أو نمائية، ويكمن جوهر هذه الأساليب في قدرتها على إحداث تغيير إيجابي في شخصية الطالب، وسلوكياته، واتجاهاته نحو ذاته والمدرسة والمجتمع، وفيما يلي أبرز هذه الأساليب:

1. الإرشاد الفردي:

يعد الإرشاد الفردي أحد الأركان الأساسية للتدخل النفسي المدرسي، حيث يعتمد على علاقة مهنية مباشرة بين المرشد والطالب، تُبنى على الثقة والسرية والتفهم. يهدف هذا النوع من الإرشاد إلى مساعدة الطالب على:

✓ فهم ذاته ومشكلاته الشخصية.

✓ اكتشاف قدراته وإمكاناته.

✓ اتخاذ قرارات مناسبة لحياته الدراسية أو الاجتماعية.

فالإرشاد الفردي يتميز بفعاليته العالية، خاصة في الحالات النفسية المعقدة التي تتطلب تدخلا عميقا ومخصصا، كحالات الانطواء الشديد، أو الصدمات النفسية، أو الاكتئاب المزمن.

2. الإرشاد الجماعي:

يعتمد هذا الأسلوب على التفاعل الموجه داخل مجموعة صغيرة من الطلاب يشتركون في خصائص أو مشكلات متقاربة، يوفر الإرشاد الجماعي بيئة آمنة للتعبير عن الذات وتبادل الخبرات والانفعالات، كما يعزز مشاعر القبول والانتماء ويقلل من العزلة النفسية، فهو عملية إرشادية تستخدم فيها الديناميكيات الجماعية لمساعدة الأفراد على النمو، من خلال تبادل الأفكار، وتقديم الدعم، وتحدي أنماط التفكير السلبية.

كما تعد الجلسات الجماعية فعالة في قضايا مثل قلق الامتحان، أو مهارات التواصل، أو التهيئة النفسية للانتقال بين المراحل التعليمية.

3. التدخلات المعرفية السلوكية:

تشمل هذه الأساليب باقية من الإجراءات التي تستند إلى نظرية العلاج المعرفي السلوكي، وتهدف إلى إعادة بناء الأفكار والمعتقدات السلبية التي تؤدي إلى سلوكيات غير تكيفية، وتستخدم تقنيات مثل:

✓ إعادة البناء المعرفي.

✓ التدريب على المهارات الاجتماعية.

✓ حل المشكلات الواقعية.

✓ التعرض التدريجي للمواقف المثيرة للقلق.

فهذه الأساليب تُعزز التغيير من خلال مساعدة الطالب على التعرف على أفكاره السلبية، واختبار صحتها، واستبدالها بأنماط تفكير أكثر واقعية.

هذا النوع من التدخلات مفيد بشكل خاص في حالات القلق، ضعف تقدير الذات، وصعوبات التكيف مع البيئة المدرسية.

4. برامج الوقاية النفسية:

تهدف هذه البرامج إلى تعزيز الصحة النفسية قبل ظهور المشكلات، من خلال ورشات عمل ودورات تدريبية تركز على بناء المهارات، والتوعية بالمخاطر النفسية، وتمكين الطالب من مواجهة الضغوط اليومية. من بين الموضوعات التي تتناولها هذه البرامج:

- ✓ إدارة التوتر والضغط النفسية.
- ✓ تنمية الذكاء العاطفي.
- ✓ مقاومة التنمر.
- ✓ مهارات حل النزاعات.

إذ أن الوقاية في المدارس تعد استثماراً طويلاً الأمد في الصحة النفسية والنجاح الأكاديمي، وتخفض احتمالية ظهور المشكلات النفسية لاحقاً.

5. التشخيص النفسي باستخدام أدوات القياس:

لا تكتمل فعالية التدخل دون تشخيص دقيق للمشكلات النفسية أو السلوكية التي يعاني منها الطالب. ويُستخدم في ذلك:

- ✓ اختبارات القلق (مثل مقياس قلق الحالة والسمة).
- ✓ مقاييس الاكتئاب (مثل BDI)
- ✓ مقاييس التوافق الدراسي والاجتماعي.
- ✓ الاختبارات الإسقاطية في حالات أكثر تعقيداً.

إن التنوع في استخدام أساليب التدخل النفسي داخل المؤسسات التعليمية يعد مؤشراً على جودة النظام الإرشادي، ويعكس مدى استجابته للاختلافات الفردية بين الطلبة، وينبغي للممارسين التربويين:

- ✓ أن يخضعوا الأساليب المستخدمة لتقييم دوري.
- ✓ أن يدمجوا بين الطرق الفردية والجماعية حسب السياق.
- ✓ أن يعززوا التعاون بين المرشدين والأخصائيين النفسيين والمعلمين لضمان فعالية التدخل.
- ✓ أن يعملوا على تحسين ثقافة القياس النفسي في المدارس وتوفير أدوات قياس مقننة ثقافياً.

رابعاً. مجالات التدخل النفسي في التوجيه والإرشاد التربوي:

يشمل التدخل النفسي في المجال التربوي مجالات متعددة، من أبرزها:

- ✓ الصحة النفسية المدرسية: التصدي لحالات القلق والاكتئاب والتوتر داخل البيئة الصفية.
- ✓ التوجيه الدراسي والمهني: معالجة الحيرة في اختيار التخصص أو مواجهة الفشل الأكاديمي.
- ✓ الوقاية من العنف المدرسي والتنمر: التدخل في حالات العدوان والسلوك المضاد للمجتمع.
- ✓ دعم الفئات الخاصة: مثل ذوي صعوبات التعلم أو الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة.
- ✓ التدخل في حالات الطوارئ والأزمات: مثل وفاة أحد الزملاء، أو الكوارث المدرسية، أو حوادث العنف.

الخلاصة:

يمثل التدخل النفسي في ميدان التوجيه والإرشاد التربوي ضرورة حيوية في ظل تعقد المشكلات النفسية والاجتماعية داخل البيئة التعليمية، وتتطلب هذه التدخلات تخطيطاً علمياً، وتدريباً تخصصياً، ودمجاً وظيفياً داخل المنظومة التربوية حتى تؤتي ثمارها، ومن هنا يعد الاستثمار في برامج الصحة النفسية المدرسية من أبرز مؤشرات جودة التعليم وفاعلية السياسات التربوية الحديثة.